

Op 12-05-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Badminton, Judo, Tai chi, Circustechnieken"

Circus zonder handen

Maak kennis met de vier grote onderdelen van circus: jongleren, luchtacrobatie, grondacrobatie en evenwicht.

€ 235

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 11 jaar



di 26.09.2023 - di 28.05.2024

van 26.09.2023 tot 28.05.2024 om 0.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

<http://www.demaalbeek.be> (<http://www.demaalbeek.be>)



© Circus Zonder
Handen

Circus voor kleuters

Tijdens deze kleuterlessen zet je kleuter de eerste stappen in de circuswereld!

€ 120

Kleuters (2,5-6)

- 5 jaar - 5 jaar



di 03.10.2023 - di 28.05.2024

op 3.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 10.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 17.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 24.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 7.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 14.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 21.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 28.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 5.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 12.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 19.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 9.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 16.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 23.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 30.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 6.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 20.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 27.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 5.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 12.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 19.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 26.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 16.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 23.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 30.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 7.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 14.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 21.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 28.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.



Gemeenschapscentrum De Rinck vzw, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht



GC De Rinck

02 524 32 35

derinck@vgc.be

<http://www.derinck.be> (<http://www.derinck.be>)



© circus zonder handen

Circus 1e graad

Spelend verkennen we de circuswereld!

Je leert samenwerken, jezelf creatief uitdrukken en je krijgt de kans om op eigen niveau circustrucs in te oefenen.

€ 120

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 7 jaar

 di 03.10.2023 - di 28.05.2024

op 3.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 10.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 17.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 24.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 7.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 14.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 21.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 28.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 5.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 12.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 19.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 9.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 16.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 23.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 30.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 6.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 20.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 27.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 5.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 12.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 19.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 26.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 16.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 23.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 30.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 7.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 14.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 21.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 28.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.



© circus zonder handen

 Gemeenschapscentrum De Rinck vzw, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht

 GC De Rinck

02 524 32 35

derinck@vgc.be

<http://www.derinck.be> (<http://www.derinck.be>)

Circus 6-7 jaar

Welkom in het circus! Je maakt kennis met de verschillende onderdelen in het circus, jongleren, acrobatie en evenwicht.

€ 90

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 7 jaar



do 28.09.2023 - do 30.05.2024

op 28.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 11.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 1.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 28.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 2.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.



ECAM-site, Schietbaanstraat 14, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<http://www.pianofabriek.be/> (<http://www.pianofabriek.be/>)



Circus 8-11 jaar

Welkom in het circus! Je maakt kennis met de verschillende onderdelen in het circus, jongleren, acrobatie en evenwicht.

€ 90

Kinderen (6-12)

8

- 11 jaar



do 28.09.2023 - do 30.05.2024

op 28.09.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 5.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 12.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 19.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 26.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 9.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 16.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 23.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 30.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 7.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 14.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 21.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 11.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 18.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 25.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 1.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 8.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 22.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 29.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 7.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 14.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 21.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 28.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 18.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 25.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 2.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 16.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 23.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 30.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.



ECAM-site, Schietbaanstraat 14, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<http://www.pianofabriek.be/> (<http://www.pianofabriek.be/>)



Circus 1

Circustricks in the mix! Steltlopen, eenwielieren, ballopen koorddansen, acrobatie ... In welk circusnummer ben jij het sterkst?

Gratis

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 7 jaar



vr 29.09.2023 - vr 31.05.2024

op 29.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 13.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 10.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 17.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 1.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 2.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 1.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 3.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 10.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 17.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 31.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.



Sint-Ursula, Dieudonné Lefèvrestraat 41, 1020 Laken



GC Nekkersdal

02 421 80 60

info@nekkersdal.be

<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>

<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>



Circus 2

Circustricks in the mix! Steltlopen, eenwieleren, ballopen koorddansen, acrobatie ... In welk circusnummer ben jij het sterkst?

Gratis

Kinderen (6-12)

8

- 11 jaar



vr 29.09.2023 - vr 31.05.2024

op 29.09.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 6.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 13.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 20.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 27.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 10.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 17.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 24.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 1.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 8.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 15.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 22.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 12.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 19.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 26.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 2.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 9.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 23.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 1.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 8.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 15.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 22.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 29.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 19.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 26.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 3.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 10.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 17.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 24.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 31.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.



Sint-Ursula, Dieudonné Lefèvrestraat 41, 1020 Laken



GC Nekkersdal

02 421 80 60

info@nekkersdal.be

<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>

<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>



Parkour & tricking 10j-14j

Parkour, tricking, spectaculaire acrobatie... Dat is echt Urban Circus. Kom als je durft!

€ 90

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

10

- 14 jaar



za 30.09.2023 - za 01.06.2024

op 30.09.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 7.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 14.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 21.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 28.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 18.11.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 25.11.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 2.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 9.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 16.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 23.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 13.01.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 20.01.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 27.01.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 3.02.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 10.02.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 24.02.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 2.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 9.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 16.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 23.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 30.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 20.04.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 27.04.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 4.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 11.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 18.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 25.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 1.06.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.



Vier Seizoenen School/ école 4 saisons, Théodore Verhaegenstraat 139, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<http://www.pianofabriek.be/> (<http://www.pianofabriek.be/>)



Tai chi

Breng je lichaam en geest in balans met tai chi. De ideale manier om relaxed aan je week te beginnen.

€ 30

Volwassenen

18+



ma 08.01.2024 - ma 10.06.2024

op 8.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 15.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 22.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 29.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 5.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 19.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 26.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 4.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 11.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 18.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 25.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 15.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 22.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 29.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 6.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 13.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 27.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 3.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 10.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



GC Op-Weule

[02 775 92 00](tel:027759200)

info@opweule.be

<http://www.opweule.be> (<http://www.opweule.be>)

Tai Chi 24 vormen: GOLD-kaart

Op zoek naar een sport om je lichaam soepel, sterk en gezond te houden, op een eenvoudige en rustige manier?

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+



ma 25.09.2023 - ma 24.06.2024

op maandag van 14.45 u. tot 15.45 u. (semi-gevorderden)

op maandag van 13.30 u. tot 14.30 u. (starters)



VGC-sportzaal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be

Badminton Koekelberg op maandag

In de VGC-sporthal Comenius kan je elke maandag van april tot juni een uur vrij badmintonnen.

€ 20

Jongeren (12-18)

Volwassenen

16+

 ma 08.04.2024 - ma 24.06.2024

van 19.00 u. tot 20.00 u.

van 20.00 u. tot 21.00 u.

 VGC-sporthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

 VGC-sportdienst

02 563 05 14

sportdienst@vgc.be



Tai chi chuan / Qi gong senioren

Tai chi en qi gong bestaan uit een reeks langzame en regelmatige bewegingen, die steunen op de ademhaling. Je verbetert zo je spiertonus en je evenwicht.

€ 50

Volwassenen

50+

 di 12.09.2023 - di 25.06.2024

van 12.09.2023 tot 25.06.2024 om 0.00 u.

 Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis

 GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<http://www.pianofabriek.be/> (<http://www.pianofabriek.be/>)



Badminton 50+

Badminton: de ideale sportieve bezigheid voor 50-plussers.

€ 35

Volwassenen

50+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 12.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 19.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 26.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 3.10.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 10.10.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 17.10.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 24.10.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 7.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 14.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 21.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 28.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 5.12.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 12.12.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 19.12.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 9.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 16.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 23.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 30.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 6.02.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 20.02.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 27.02.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 5.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 12.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 19.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 26.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 16.04.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 23.04.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 30.04.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 7.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 14.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 21.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 28.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 4.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 11.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 18.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 25.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.



© Frame Harirak



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

<http://www.demaalbeek.be> (<http://www.demaalbeek.be>)

Tai chi (beginners)

Breng je energie (chi) in harmonie (tai) dankzij deze oude Chinese bewegingskunst.

€ 6

Volwassenen

18+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 26.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 3.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 10.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 17.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 24.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 7.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 14.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 5.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 16.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 23.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 30.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 6.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 20.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 27.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 5.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 26.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 16.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 23.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 30.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 7.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 14.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 4.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 11.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 18.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 25.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

 Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette



GC Essegem

02 427 80 39

essegem@vgc.be

<http://www.essegem.be> (<http://www.essegem.be>)

Tai chi (gevorderden)

Breng je energie (chi) in harmonie (tai) dankzij deze oude Chinese bewegingskunst.

€ 6

Volwassenen

18+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 05.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 12.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 19.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 26.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 03.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 10.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 17.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 24.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 07.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 14.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 21.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 28.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 05.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 12.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 19.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 16.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 23.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 30.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 06.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 20.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 27.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 05.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 12.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 19.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 26.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 16.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 23.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 30.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 07.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 14.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 21.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 28.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 04.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 11.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 18.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 25.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.



Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette



GC Essegem

02 427 80 39

essegem@vgc.be

<http://www.essegem.be> (<http://www.essegem.be>)

tai chi ochtendcursus VJ 24

Tai Chi & Qi Gong met Barbara Roman

€ 100

Volwassenen

18+



wo 07.02.2024 - wo 26.06.2024

op 7.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 14.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 21.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 13.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 20.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 27.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 3.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 10.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 17.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 24.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 15.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 22.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 29.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 5.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 12.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 19.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 26.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.



Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert vzw, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst



GC Ten Weyngaert

02 340 95 80

tenweyngaert@vgc.be

<http://www.tenweyngaert.be/> (<http://www.tenweyngaert.be/>)



Badminton Koekelberg op donderdag

In de VGC-sporthal Comenius kan je elke donderdag van april tot juni een uur vrij badmintonnen.

€ 20

Jongeren (12-18)

Volwassenen

16+

 do 04.04.2024 - do 27.06.2024

van 19.00 u. tot 20.00 u.

van 20.00 u. tot 21.00 u.

 VGC-sporthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

 VGC-sportdienst

02 563 05 14

sportdienst@vgc.be



tai chi avondcursus 1

Tai Chi & Qi Gong met Barbara Roman

€ 100

Volwassenen

18+

 do 01.02.2024 - do 27.06.2024

op 1.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 8.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 15.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 22.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 14.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 21.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 28.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 4.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 11.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 18.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 25.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 16.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 23.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 30.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 6.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 13.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 20.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 27.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

 Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert vzw, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst

 GC Ten Weyngaert

02 340 95 80

tenweyngaert@vgc.be

<http://www.tenweyngaert.be/> (<http://www.tenweyngaert.be/>)

Badminton

Recreatief badmintonnen voor jong en oud. Iedereen welkom om elke week te komen dubbelen en/of enkelen in een gemengde club.

€ 65

Volwassenen

18+



do 07.09.2023 - do 27.06.2024

op 7.09.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 14.09.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 21.09.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 28.09.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 5.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 12.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 19.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 26.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 9.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 16.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 23.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 30.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 7.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 14.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 21.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 11.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 18.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 25.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 1.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 8.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 22.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 29.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 7.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 14.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 21.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 28.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 18.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 25.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 2.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 16.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 30.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 6.06.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 13.06.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 20.06.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 27.06.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

<http://www.demaalbeek.be> (<http://www.demaalbeek.be>)



tai chi avondcursus 2

Tai chi en Qi Gong met Barbara Roman

€ 100

Volwassenen

18+



do 01.02.2024 - do 27.06.2024

op 1.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 8.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 22.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 14.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 21.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 28.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 4.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 11.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 18.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 25.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 16.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 23.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 6.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 13.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 20.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 27.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.



Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert vzw, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst



GC Ten Weyngaert

02 340 95 80

tenweyngaert@vgc.be

<http://www.tenweyngaert.be/> (<http://www.tenweyngaert.be/>)



Qi gong

Met de rustige, meditatieve bewegingen van Qi gong breng je je lichaam en geest in balans. Je werkt aan je houding, ademhaling, kracht en lenigheid.

€ 60

Volwassenen

50+



vr 19.04.2024 - vr 28.06.2024

op 19.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 26.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 3.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 17.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 24.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 31.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 7.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 14.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 21.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 28.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.



Gemeenschapscentrum WaBo vzw, Delleurlaan 39-43, 1170 Watermaal-Bosvoorde



GC WaBo

02 675 40 10

wabo@vgc.be

<http://www.wabo.be/> (<http://www.wabo.be/>)



© Pixabay

pilates 2

Pilates met Olivia Olbrechts

€ 100

Volwassenen

18+



vr 02.02.2024 - vr 28.06.2024

op 2.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 9.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 16.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 23.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 8.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 15.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 22.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 29.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 19.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 26.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 3.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 17.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 24.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 31.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 7.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 14.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 21.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 28.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.



Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert vzw, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst



GC Ten Weyngaert

02 340 95 80

tenweyngaert@vgc.be

<http://www.tenweyngaert.be/> (<http://www.tenweyngaert.be/>)



Kungfu Chang

Aan de basis van alle gevechtskunsten ligt de Shaolin Chuan Kungfu, die alle waarden voor een evenwichtig leven verenigt.

€ 290

Volwassenen

18+



ma 11.09.2023 - vr 28.06.2024

van 11.09.2023 tot 24.06.2024 om 0.00 u.

van 15.09.2023 tot 28.06.2024 om 0.00 u.



Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<http://www.pianofabriek.be/> (<http://www.pianofabriek.be/>)



Tai Chi Chuan

Tai chi chuan is een traditionele Chinese gevechtskunst. Het combineert choreografische passen met zelfverdedigingstechnieken.

€ 290

Volwassenen

18+



ma 11.09.2023 - vr 28.06.2024

van 11.09.2023 tot 24.06.2024 om 0.00 u.

van 15.09.2023 tot 28.06.2024 om 0.00 u.



Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<http://www.pianofabriek.be/> (<http://www.pianofabriek.be/>)



pilates 1

Pilates met Olivia Olbrechts

€ 100

Volwassenen

18+



vr 02.02.2024 - vr 28.06.2024

op 2.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 9.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 8.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 15.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 22.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 29.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 19.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 26.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 3.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 17.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 24.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 31.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 28.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert vzw, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst



GC Ten Weyngaert

02 340 95 80

tenweyngaert@vgc.be

<http://www.tenweyngaert.be/> (<http://www.tenweyngaert.be/>)

